

Savoir mobiliser la peur face à la menace climatique

Delphine Masset

Number 822, Fall 2023

Par-delà l'effondrement

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/102753ac>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Centre justice et foi

ISSN

0034-3781 (print)

1929-3097 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this article

Masset, D. (2023). Savoir mobiliser la peur face à la menace climatique. *Relations*, (822), 21–24.

SAVOIR MOBILISER LA PEUR FACE À LA MENACE CLIMATIQUE*

Delphine Masset

L'autrice, sociologue et philosophe, est conseillère prospective chez Etopia, en Belgique

Certaines recherches en neurosciences et en sociologie des mouvements sociaux font de la peur une alliée dans la lutte contre les changements climatiques. Pour être efficace, il est toutefois préférable qu'elle se vive au sein d'un collectif plutôt que de manière isolée.

Si vous avez déjà entendu parler des théories de l'effondrement — de la sixième extinction des espèces, du pic pétrolier ou de l'assèchement des sols, par exemple —, il se peut que cela vous fasse peur. C'est normal. En revanche, il n'est pas certain que cette peur vous démobilise à long terme. En effet, les études sur les trajectoires d'engagement et les recherches menées en sciences cognitives tendent à démontrer que les émotions de peur, plutôt que de produire des effets d'apathie, peuvent accélérer le jeu politique et inviter certaines personnes à passer à l'action pour conjurer l'angoisse suscitée par les crises sociales et climatiques. Ces études remettent ainsi en question l'idée reçue voulant que le catastrophisme conduise à la sidération et soit forcément démobilisateur. À la lumière de celles-ci, la peur pourrait bien être, au contraire, une condition d'un renouvellement de la délibération démocratique et du passage à l'action.

Quand la peur enseigne

Que ce soit en provenance d'associations ou de médias comme *Le Monde*, on a pu lire et entendre des choses comme : « l'apocalypse, ça fatigue » ou encore « la façon anxiogène dont le problème est présenté conduit notre cerveau à éviter totalement le sujet ». Les discours sur l'effondrement dérangeant. Plusieurs analystes les critiquent, présumant qu'ils désarment ou dépolitisent en entretenant le fatalisme et la confusion. Une philosophe comme Catherine Larrère estime d'ailleurs que devant « la catastrophe imminente [...] on ne saurait délibérer¹ ». Les craintes exprimées sont par exemple les suivantes : l'effondrement, parce qu'il est présenté comme inévitable, de même que l'émotion liée à son existence potentielle, parce qu'elle serait trop intense, réduiraient notre capacité de raisonner et d'agir. Mais est-ce bien le cas ? Dans le monde scientifique, tout le monde n'est pas d'accord.

Le politologue français Luc Semal, qui a étudié les mobilisations environnementales sur le terrain, développe

un point de vue intéressant en la matière dans son livre *Face à l'effondrement. Militer à l'ombre des catastrophes* (*ibid.*). En analysant des regroupements de décroissantistes et de militant-es pour la transition écologique, il a pu observer comment la peur pouvait être l'occasion pour certain-es de passer à l'action et de recréer de la démocratie. Devant « l'ombre des catastrophes », constate-t-il, de nombreux militants et militantes ressentent le besoin de (re)mettre à l'agenda les questions de l'organisation collective et de la gestion des ressources et du vivant. Les perspectives catastrophistes accroissent ainsi leur sentiment de « l'importance symbolique et politique d'une ressource en voie de disparition » (p. 29), suscitant de ce fait leur désir de faire quelque chose devant l'imminence de la catastrophe. Certaines questions « primaires » deviennent alors expressément politiques, sujettes à de nouvelles délibérations démocratiques : faut-il replanter des vergers, qui demandent un certain délai d'attente, ou semer plutôt des céréales pour produire plus rapidement de la bière ? Faut-il réserver les terres agricoles à des usages alimentaires ou au bois de chauffage ? Résultant d'une mobilisation suscitée par la peur, des questions comme celles-ci ouvrent la voie à de nouvelles conscientisations politiques plutôt qu'à l'inaction.

La peur et l'anxiété encouragent l'individu à enclencher une activité réflexive consistant à délibérer quant aux comportements les plus adaptés.

S'appuyant sur les recherches de l'anthropologue américain George E. Marcus, Semal soutient ensuite que la peur n'est pas forcément un obstacle à la rationalité, ni à la raison démocratique : la peur amène en effet à rompre les routines en relançant une recherche d'information — par exemple en incitant les électeurs et électrices à comparer les programmes des candidat-es plutôt qu'à voter selon leurs

habitudes. La peur et l'anxiété encouragent ainsi l'individu à enclencher une activité réflexive, consistant à délibérer quant aux comportements les plus adaptés à cette nouvelle vision de l'environnement. Marcus disait déjà dans les années 1980 que les gens pouvaient être plus rationnels *parce qu'ils* étaient sujets aux émotions², une porosité entre émotion et cognition qui a été confirmée par de récentes recherches en neurosciences.

Le déni de l'urgence est parfois une position de repli, mais aussi l'expression de réelles vulnérabilités psychosociales dont il est crucial de tenir compte.

Parmi ces dernières, celles du neuropsychologue Antonio R. Damasio, auteur de *L'erreur de Descartes* (Odile Jacob, 2006), ont prouvé que des lésions cérébrales atteignant les zones liées au ressenti des émotions empêchaient le bon fonctionnement du processus de décision. Bernard Rimé et Serge Moscovici, dans *Le partage social des émotions* (PUF, 2015), insistent quant à eux sur la complémentarité entre les domaines affectif et cognitif : les émotions, particulièrement les émotions négatives, augmenteraient l'activité cérébrale et intensifieraient le traitement de l'information, permettant ainsi au sujet de formuler des jugements plus rationnels. Ces études renversent de la sorte la présomption selon laquelle la peur ressentie devant les changements climatiques ou l'imminence d'un effondrement nous empêcherait de réfléchir de façon rationnelle ou nous paralyserait, étouffant par le fait même les actions politiques conséquentes.

Quand la peur n'y est pas...

Ainsi, si la présence d'émotions semble être un impératif à la délibération rationnelle, son absence ne deviendrait-elle pas un handicap ? Pour Damasio, cela ne fait aucun doute : l'affaiblissement de nos capacités de réagir émotionnellement serait aussi à la source de comportements irrationnels. Le chercheur Clive Hamilton, membre du Conseil australien sur le changement climatique, abonde dans le même sens, arguant qu'une réelle écoute des spécialistes du changement climatique conduirait nécessairement — voire rationnellement — à une peur de l'avenir³. Il en va de même pour les écoféministes qui, partant du constat d'une déconnexion pro-

duite par nos sociétés entre émotions et intellect, mais aussi entre croire et savoir, critiquent le détachement ainsi produit devant les conséquences de nos systèmes socio-économiques. La « Déclaration d'unité », un des textes fondateurs de ce mouvement, l'affirmait déjà clairement en 1980 : « Nous nous rassemblons au Pentagone, ce 17 novembre, car nous avons peur pour nos vies. Peur pour la vie de cette planète, la Terre, et pour la vie de nos enfants qui sont notre avenir humain [...] Nous sommes entre les mains d'hommes que le pouvoir et la richesse ont séparés non seulement de la réalité quotidienne, mais aussi de l'imagination. Nous avons bien raison d'avoir peur⁴. »

L'expression de la peur peut ainsi empêcher des effets de « mise à distance » face à la réalité du désastre écologique, lesquels nous poussent à agir sans remettre en question ni chercher à transformer nos habitudes délétères. La peur, selon ce point de vue, devrait donc être comprise et réhabilitée en tant que signal politique fort.

L'ambivalence des effets de la peur

Il faut cependant admettre que si la peur peut enclencher la raison démocratique, elle peut aussi produire des effets excessifs, car cette émotion doit tout de même être absorbée par nos systèmes nerveux, ce qui n'est pas si simple. Luc Semal reconnaît lui-même sa nature fondamentalement ambivalente : « sa présence dans les arènes démocratiques ne peut être niée, mais ses effets sont incertains⁵ ». L'histoire regorge effectivement d'exemples où la peur a pu être instrumentalisée. En effet, puisque la peur incite les individus qui la ressentent à vouloir en réduire la tension, elle peut produire différentes formes de « solutions » plus ou moins rapides ou efficaces. Dans l'idéal, elle représente un signal d'alerte qui doit nous inciter à contrôler le danger intelligemment (en liant l'effet et sa cause). Cependant, lorsque contrôler le danger se révèle trop complexe (ou impossible), l'individu va plutôt s'engager dans un processus de contrôle de l'émotion elle-même, voire d'éléments extérieurs peu en lien avec elle, mais sur lesquels il a du pouvoir.

L'un des aspects potentiellement négatifs de la peur éprouvée devant la présentation d'un avenir sombre est donc sa capacité d'activer des mécanismes de défense ou de renforcer des vulnérabilités. Il faut savoir qu'un individu



Michel Huneault, *Péninsule* n° 31, 2019-2022

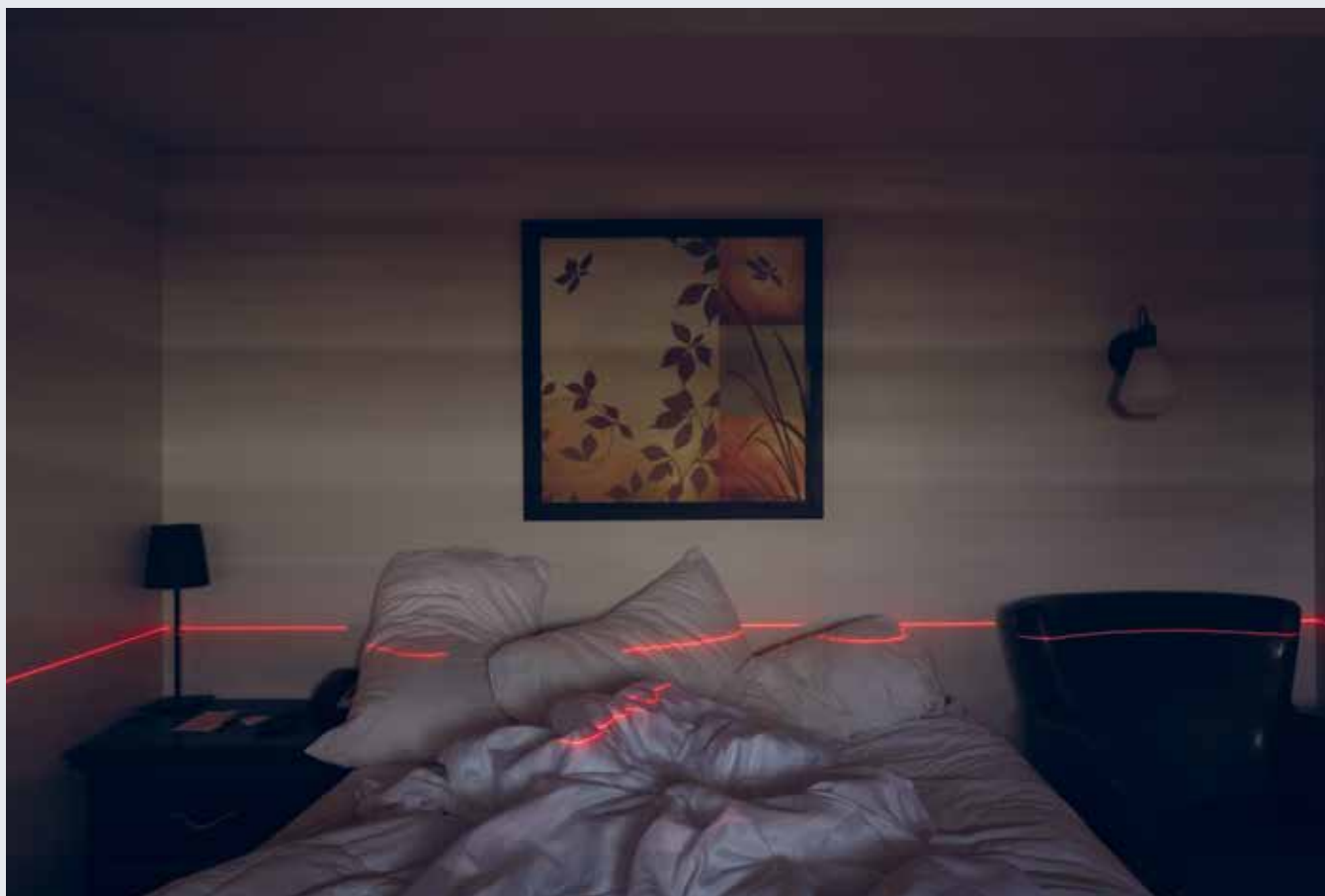
ne posera une action devant un danger que s'il a la conviction qu'elle contribuera à contrôler celui-ci, ou s'il se sent capable d'agir. En ce sens, sa réceptivité au discours climatique dépendra du sentiment d'efficacité personnelle qu'il ressent, celui-ci pouvant être affecté par des facteurs comme son statut socio-économique, son sentiment d'emprise sur sa propre vie ou son sentiment d'appartenance à un collectif. Par exemple, une personne qui a l'impression de subir de nombreuses iniquités dans sa vie — liées à la pauvreté, à l'isolement, au chômage, etc. — éprouvera un faible sentiment d'efficacité. En revanche, si cette même personne n'est pas isolée, fait partie d'une association ou d'une communauté solidaire, disposant de surcroît d'une certaine légitimité sociale, son sentiment d'efficacité en sera augmenté.

Le sentiment d'impuissance touche donc forcément certaines parties de la population plus que d'autres. On comprend alors en quoi la précarité et la vulnérabilité sociale peuvent avoir un effet sur la réception des discours catastrophistes. Le

déni de l'urgence est parfois une position de repli, mais aussi l'expression de réelles vulnérabilités psychosociales dont il est crucial de tenir compte.

Recréer du collectif

Comment rendre le catastrophisme et la peur efficaces? Nombre de chercheurs et de chercheuses réfléchissent à cette question depuis quelques années, en étudiant en particulier le cas de la communication autour du changement climatique. Leurs recherches ont parfois réussi à isoler certaines conditions capables de rendre la mobilisation du sentiment de peur plus efficace. C'est le cas, par exemple, lorsque le message communie un degré élevé de peur, insiste sur la gravité des phénomènes observés, propose des moyens d'action efficaces ou recommande des comportements ponctuels. Mais c'est aussi le cas lorsque l'émetteur-euse communique l'émotion aussi bien que le contenu lié à l'information de façon à réduire la dissonance cognitive, inclut la possibilité de l'expression de la peur et de son partage après la communication, et s'assure le plus possible du



Michel Huneault, *Péninsule* n° 12, 2019-2022

sentiment de cohésion sociale et de réciprocité. En effet, de manière générale, (re)créer du collectif reste le moyen le plus efficace pour sortir du sentiment d'impuissance. Ainsi, terminer une présentation en mettant les gens en lien autour de projets qu'ils aimeraient réaliser, ou autour d'émotions dont ils aimeraient parler semble souvent très porteur. De la même manière, proposer de petits panels de discussion autour de la gestion d'une ressource pourrait être un premier point de départ pour recréer un sentiment démocratique.

Il est impératif de se saisir des dégradations à venir pour refaire du collectif, ne serait-ce que de manière minimale, par l'échange d'émotions et de « bonnes pratiques » pensées à petite échelle, afin d'éviter l'augmentation du sentiment d'impuissance ou d'isolement de la population. Mais il faut faire cela sans négliger le besoin d'une parole politique honnête sur le diagnostic. Certain·es anthropologues et certaines recherches en neurosciences proposent donc d'entretenir les impératifs d'une parole politique ancrée et d'une mise en commun des émotions et des actions, le tout afin de recréer un horizon commun, même dans un avenir dégradé. ■

* Cet article réexamine des extraits d'un rapport de recherche publié par l'autrice, « Entre sidération et déni des crises écologiques : et si les théories catastrophistes étaient mobilisatrices ? Contribution au débat autour de la réception des théories de l'effondrement », *Etopia*, décembre 2019 [en ligne].

1 — Citée dans Luc Semal, *Face à l'effondrement. Militer à l'ombre des catastrophistes*, Paris, PUF, 2019, p.53.

2 — G. E. Marcus, *Le citoyen sentimental. Émotions et politique en démocratie*, Paris, Presses de Sciences po, 2008 (2002), p.148.

3 — C. Hamilton, « Le catastrophisme peut-il être efficace ? », *Science publique*, France Culture, 22 novembre 2013 [en ligne].

4 — « Déclaration d'unité », dans Émilie Hache, *Reclaim. Recueil de textes éco-féministes*, Paris, Cambourakis, 2016, p.14.

5 — L. Semal, *Militer à l'ombre des catastrophes : contribution à une théorie politique environnementale au prisme des mobilisations de la décroissance et de la transition*, thèse de doctorat, science politique, Université de Lille II Droit et Santé, 2012, p.447.